

's Blättle

Gesunde Hautpflege
von Anfang an



10/2010



Sonnenblume

- Porträt: Sonnenblume (*Helianthus annuus*)
- Expopharm und Babywelt:
Willkommen an unserem Stand!

Bahnhof-Apotheke
Kempten^{Allgäu}



Liebe Kundin,
lieber Kunde,

im vergangenen August haben Sie die *Bahnhof-Apotheke* bei einer Umfrage im Rahmen des Kemptener Kundenspiegels zum fünften Mal in Folge zum Branchensieger aus 16 Kemptener City-Apotheken gekürt. Sie finden uns sowohl in puncto Freundlichkeit wie auch Beratungsqualität spitze, und auch unsere Medikamentenverfügbarkeit haben Sie mit einem 1. Platz auf Ihrer Zufriedenheitsskala belohnt.

So viel Vertrauen ehrt uns natürlich und mein Team und ich danken Ihnen ganz herzlich dafür! Gleichzeitig ist der Branchensieg ein großer Ansporn, unseren Service für Sie ständig weiter zu verbessern. Denn schließlich liegt uns Ihr Wohlbefinden am Herzen!

Ihr

Dieter Grett

Seminare & Ausbildungen

Informationen zu unseren Seminaren und Ausbildungen finden Sie online unter www.bahnhof-apotheke.de, »Fortbildungen«, oder fordern Sie unser aktuelles Programm an:

Tel.: 0049 (0)831-52266-18

Fax: 0049 (0)831-52266-576

E-Mail: seminar@bahnhof-apotheke.de



Besuchen Sie uns auf der ...



7.-10. Oktober, Messengelände München, Halle B6 / Stand A12
www.expopharm.de



22.-24. Oktober, Event-Arena im Olympiapark München, Stand B14 / EG
www.babywelt-muenchen.de



5. KEMPTENER KUNDENSPIEGEL

Platz 1

BRANCHENSIEGER

Untersucht: 16 CITY-APOTHEKEN
94,3% Durchschnittlicher Zufriedenheitsgrad
Freundlichkeit: 95,7% (Platz 1)
Beratungsqualität: 90,0% (Platz 1)
Medikamentenverfügbarkeit: 96,4% (Platz 1)
Kundenbefragung: 08/2010
Befragte (Apotheken)= 692 von N (Gesamt) = 912

MF Consulting Dipl.-Kfm. Dieter Grett
www.kundenspiegel.de Tel: 09901/948601

Gesunde Hautpflege von Anfang an



Warum Babypflege mit naturbelassenen fetten Pflanzenölen so wichtig ist

Die zarte und empfindliche Babyhaut braucht besondere Pflege, da sie noch nicht ausreichend über eigene Schutzmechanismen verfügt. Ideal dafür geeignet sind pure Naturprodukte – ganz ohne irgendwelche Zusätze oder Konservierungsmittel. Deshalb verwenden wir für unsere Babypflegeserie (wie übrigens für alle *Original IS Aromamischungen*) nur beste naturreine Pflanzen-

öle. Diese sind den Hautfetten sehr ähnlich und wirken ausgleichend auf den Feuchtigkeitsmantel der Haut. Da sie besonders reich an ungesättigten Fettsäuren sind, nähren und unterstützen sie insbesondere auch die sensible Haut der Kleinen nachhaltig von außen und von innen.

Viele Funktionen der ungesättigten Fettsäuren sind noch unerforscht. Bekannt ist jedoch, dass sie für unser Immunsystem unentbehrlich sind und die Fähigkeit besitzen, Körperzellen vor schädigenden Substanzen zu schützen. Der menschliche Körper kann die mehrfach ungesättigten Fettsäuren nicht selbst herstellen, deshalb ist es für unseren Stoffwechsel

unerlässlich, dass diese Fette von außen zugeführt werden. Die ungesättigten Fettsäuren werden daher auch als essenziell, also lebensnotwendig bezeichnet.

Mineralöl auf Babyhaut?

Eine ganze Reihe von gängigen Babypflegeprodukten wird auf Mineralölbasis (Paraffinöl) hergestellt. Ihr Nachteil ist jedoch, dass die Mineralöle »unphysiologische« Fette sind. Ihnen fehlen nicht nur die essenziellen Fettsäuren, sondern sie sind für die menschlichen Zellen praktisch unverwertbar. Das macht den großen Unterschied zu den Pflanzenölen aus – Mineralöle können die Haut bei ihren lebenswichtigen Aufgaben nicht unterstützen. Im Gegensatz zu den Pflanzenölen liegen sie zwar auf der Haut auf und können daher kurzfristig die Schutzfunktion der Haut unterstützen. Langfristig besteht jedoch die Gefahr, dass das hochempfindliche und gut ausgeklügelte biologische »System Epidermis« mit seinen zahllosen Schutzfunktionen empfindlich gestört wird.

Hautpflege mit naturreinen Pflanzenölen ist Gesundheitspflege

Nur pflanzliche Fette unterstützen die Haut in ihren lebenswichtigen Funktionen, Mineralöle sind chemisch inert, also träge, und stören die Haut in hohen Konzentrationen sogar. Eine konsequente Hautpflege mit Pflanzenölen und Pflanzenfetten stellt heute – insbesondere im Sinne eines vorbeugenden Hautschutzes – eine ausgezeichnete Hilfe dar, ganz besonders auch für die zarte Babyhaut.

Weitere Lesetipps:

Ruth von Braunschweig: Pflanzenöle. Qualität, Anwendung und Wirkung. Stadelmann Verlag, 232 S., 19,80 €

Ingeborg Stadelmann: Pflege von Anfang an. Broschüre, Stadelmann Verlag, 16 S., 1,50 €

Ingeborg Stadelmann: Aromatherapie von der Schwangerschaft bis zur Stillzeit. Stadelmann Verlag, 256 S., 9,60 €

Sanfte Babypflege mit Original IS Aromamischungen

- Babybad
- Baby Kinderduschgel
- Babyöl pflegend
- Babyöl empfindliche Haut
- Babyöl angegriffene Haut
- Brunos Babymassageöl
- Baby-Pflegecreme
- Windelbalsam

Unsere Babypflegeprodukte enthalten wegen der besonderen Sensibilität der neuen Erdenbürger nur einen geringen Anteil ätherischer Öle. Sie sind optimal auf die Kleinen abgestimmt und können wunderbar mit alkoholfreiem Rosenhydrolat ergänzt werden. Die hochwertige, naturbelassene Qualität unserer Babyöle erkennen Sie auch am typisch nussigen Geruch der enthaltenen nativen Pflanzenöle.





Unser Naturkostladen
im Haus der
Bahnhof-Apotheke

Porträt

Das Öl der Sonnenblume (*Helianthus annuus*) – gespeicherte Sonnenenergie

Die Sonnenblume mit ihrem prachtvollen, riesigen Blütenstand wurde vermutlich schon vor über 3.000 Jahren von den Ureinwohnern Mexikos kultiviert. Ein Blütenblätterauszug war bei den Maya als Aphrodisiakum begehrt, während die Samen als Nahrungsmittel und für Kosmetika verwendet wurden. Im 16. Jahrhundert gelangte die Sonnenblume nach Europa. Aber erst im 19. Jahrhundert begann man in Russland damit, aus den Samen Öl zu gewinnen. Seitdem feiert es seine Siegeszüge auf der ganzen Welt.

Gutes für die Haut und für den ganzen Körper

Sorgfältig hergestelltes Sonnenblumenöl ist durch seinen hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren (Linolsäure) und den hohen Vitamin-E-Gehalt ein ausgezeichnetes Speiseöl. Sie können damit Ihren Cholesterinspiegel positiv beeinflussen und somit für freie Bahn in den Arterien sorgen – insbesondere, wenn Sie es mit Olivenöl oder mit Rapsöl mischen (1 : 1). Daneben stärkt Sonnenblumenöl, regelmäßig eingenommen, das Immunsystem des Darms und regeneriert seine Schleimhaut. Es unterstützt von innen die Heilung von Hautproblemen, beispielsweise bei trockener oder bei fettiger Haut mit Tendenz zur Akne. Ein gereiztes und zu Ekzemen neigendes Hautbild verbessert sich, da vor allem die Zellerneuerung angeregt wird. Sonnenblumenöl ist theoretisch auch hervorragend geeignet, um es in der

Hautpflege einzusetzen. Da es jedoch reich an ungesättigten Fettsäuren ist, sollten Sie es wegen seiner Oxidationsempfindlichkeit mit anderen haltbaren Pflanzenölen wie z. B. Oliven-, Jojoba-, Traubenkernöl, Kokosfett oder Sheabutter mischen (1 : 1 oder 1 : 2).

(Auszug aus Ruth von Braunschweig: Pflanzenöle. Qualität, Anwendung und Wirkung. Stadelmann Verlag, 3. Aufl. 2010, S. 106 f.)

Original Aromamischungen mit Sonnenblumenöl

Neben unseren Babypflege- und Kinder-massageölen enthalten auch folgende Aromamischungen für Erwachsene das wertvolle naturbelassene Öl der Sonnenblume:

- Klimakterium Körperöl
- Kreuzbein-Massageöl
- Massageöl Storch
- Schwangerschaftsstreifenöl
- Wochenbettbauchmassageöl



PurNatur Naturköstlichkeiten für Ihre Gesundheit



Da wächst die Freude

Keime und Sprossen von Sonnentor

Besonders wertvoll während der langen Wintermonate!

- **Kresse Keim Saat** 120 g 2,10 €
- **Alfalfa** 120 g 2,10 €
- **Bockshornklee** 120 g 2,10 €
- **Gelbsenf** 100 g 2,10 €
- **Keim-Mix** 120 g 2,10 €
- **Energie-Keim-Mix** 120 g 2,10 €
- **Keimglas mit Siebdeckel** 12,90 €



Mehr Natur geht nicht!

Original Aromamischungen & Naturtextilien

Stadelmann Natur

www.stadelmann-natur.de

Ihr Versandhandel für Naturtextilien.

Gesundheit beginnt damit, sich in seiner Haut wohlfühlen.

- Wickel- und Stillbedarf
- Umstandsmode
- Seidenunterwäsche
- viele Tipps zur Erstausrüstung!
- Bio-Einmalwindeln von WIONA
- neue Kinder-Herbstmode eingetroffen

Bahnhof-Apotheke Kempten

Apotheker Dietmar Wolz
Bahnhofstr. 12 · Kottener Str. 81
87435 Kempten – Allgäu
Tel.: 0049 (0)831 – 522 66 11
Fax: 0049 (0)831 – 522 66 26
www.bahnhof-apotheke.de
info@bahnhof-apotheke.de

Unsere Öffnungszeiten

Mo. – Fr.: 8.00 – 20.00 Uhr
Sa.: 8.30 – 18.00 Uhr
Parkhaus in der Hirnbeinstraße
30 Minuten gebührenfrei!
Unser Online-Shop ist 24 Stunden
täglich für Sie geöffnet:
www.bahnhof-apotheke.de



Impressum

Herausgeber: Stadelmann Verlag · Nesso 8 · 87487 Wiggensbach
Tel.: 0049 (0)8370 – 1777 · www.stadelmann-verlag.de
Redaktion: Das Blaue Büro, München
Druck: Druckerei Uhl GmbH, Bad Grönenbach
Titelbild: Thomas Stadelmann
Produktion: 100% Recyclingpapier, Öko-Druckfarben
Alle »Blättle«-Ausgaben auch zum Download unter
www.stadelmann-verlag.de